

MODULE DE FORMATION E-LEARNING

Qualité de vie au travail

Un parcours en **6 modules** pour découvrir les avantages et les solutions d'une démarche QVT : une réponse aux préoccupations économiques et sociales de l'entreprise, au service durable de la performance de votre structure.

FORMAT

Vidéo

DURÉE MOYENNE

19 heures

MODULES

6

NORME

SCORM

L'ESSENTIEL

FORMAT

Vidéo

Leçons interactives

DURÉE MOYENNE

19 heures

GRANULARISATION

6 modules

Découpés en parties et leçons

NORME

SCORM

ÉVALUATION

Oui

Quiz intégrés à chaque module

PRÉREQUIS

Aucun

Poste sous Windows

TARIF

Nous consulter

INFORMATIONS ET DEVIS

contact@fcs-academy.comwww.fcs-academy.com

Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Contactez notre référent handicap pour étudier ensemble les adaptations possibles.

Objectifs pédagogiques

Cette formation consacrée à la **qualité de vie au travail** vous permet de découvrir les avantages et les solutions de cette démarche, qui répond aux préoccupations économiques et sociales de l'entreprise et favorise durablement la performance de votre structure.

Compétences visées

- ◆ situer les enjeux de la QVT et son lien avec la performance de l'entreprise ;
- ◆ mesurer la QVT et choisir les indicateurs adaptés à sa structure ;
- ◆ conduire une démarche QVT : diagnostic, expérimentation, évaluation, pérennisation ;
- ◆ identifier et prévenir les risques psychosociaux, y compris dans le document unique ;
- ◆ comprendre les mécanismes du stress et mobiliser des techniques de prévention.

Public concerné

Dirigeants, managers, responsables RH, membres du CSE, préventeurs et représentants du personnel, ainsi que tout collaborateur associé à une démarche de qualité de vie au travail.

Prérequis techniques



Navigateur web

Edge, Chrome, Firefox ou Safari.



Système

Poste sous Windows.



Évaluation, modalités et délais d'accès

Des quiz jalonnent chaque module et permettent de mesurer la progression des apprenants. Inscription tout au long de l'année : les accès sont ouverts après validation de l'inscription et confirmation du devis, puis le parcours se suit en autonomie.

Programme détaillé 6 modules, découpés en parties et en leçons interactives**INTRODUCTION : LA QVT, UN LEVIER DE COMPÉTITIVITÉ**

- ◆ Présentation et quiz introductif

1. QVT ET PERFORMANCE : OÙ EN SOMMES-NOUS EN FRANCE ?

27 leçons

Partie 1 De quoi parle-t-on ?

- ◆ Introduction
- ◆ Les leviers de la QVT et de la performance
- ◆ La QVT, héritage de plusieurs traditions scientifiques : partie 1
- ◆ La QVT, héritage de plusieurs traditions scientifiques : partie 2
- ◆ La QVT, héritage de plusieurs traditions scientifiques : partie 3
- ◆ Podcast
- ◆ La QVT, un sujet de compromis entre acteurs sociaux : partie 1
- ◆ La QVT, un sujet de compromis entre acteurs sociaux : partie 2
- ◆ La QVT, un sujet de compromis entre acteurs sociaux : partie 3
- ◆ La QVT est l'affaire de tous dans l'entreprise
- ◆ Conclusion

Partie 2 La mesure de la QVT

- ◆ Introduction
- ◆ Les approches centrées sur la santé au travail : partie 1
- ◆ Les approches centrées sur la santé au travail : partie 2
- ◆ Les approches centrées sur la santé au travail : partie 3
- ◆ Quiz : vrai ou faux
- ◆ Les approches psychologiques et comportementales : partie 1
- ◆ Les approches psychologiques et comportementales : partie 2
- ◆ Conclusion
- ◆ Commentaires

Partie 3 Pourquoi s'engager dans une démarche QVT ?

- ◆ Introduction
- ◆ L'engagement des salariés impacte la performance des entreprises
- ◆ Pratiques managériales, QVT, engagement, performance : des liens multiples
- ◆ Impliquer les salariés : vecteur d'engagement, de performance et de QVT
- ◆ Quiz : les effets sur la QVT
- ◆ Conclusion
- ◆ Commentaires : s'adapter ou mourir

2. QVT ET PERFORMANCE : PLUS RENTABLE QUE CONTRAIGNANT

19 leçons

Partie 1 QVT et performance dans les entreprises

- ◆ Rechercher une efficacité sur le terrain
- ◆ Mettre en place une nouvelle organisation
- ◆ Donner du sens à l'activité
- ◆ S'appuyer sur une nécessaire maturité organisationnelle
- ◆ Viser de meilleures relations professionnelles et sociales
- ◆ Quiz : qu'avez-vous retenu ?
- ◆ Communiquer et informer
- ◆ Prendre au sérieux l'environnement physique
- ◆ Soutenir les managers
- ◆ Apprécier les résultats, même émergents

Partie 2 QVT et organisations du travail « émergentes »

- ◆ Qu'est-ce que le lean management ?
- ◆ Entreprise libérée
- ◆ Entreprise responsable : partie 1
- ◆ Entreprise responsable : partie 2
- ◆ Le chemin vers des organisations du travail responsabilisantes : partie 1
- ◆ Quelle est la place de l'autonomie dans ces organisations ?
- ◆ Quiz : qu'avez-vous retenu ?
- ◆ Le chemin vers des organisations du travail responsabilisantes : partie 2
- ◆ Conclusion

3. COMMENT AMENER L'APPROCHE DE LA QVT ?

10 leçons

- ◆ Introduction
- ◆ La conception et le pilotage de la qualité de vie au travail
- ◆ Le diagnostic et les choix d'expérimentations : partie 1
- ◆ Comment utiliser les autres outils de l'Anact et de l'Aract ?
- ◆ Le diagnostic et les choix d'expérimentations : partie 2
- ◆ Quiz : testez vos connaissances
- ◆ L'expérimentation et l'évaluation
- ◆ Méthodologie de l'expérimentation
- ◆ Méthodologie de l'évaluation
- ◆ L'espace de discussion au service de l'expérimentation

4. QUESTIONS SUR LA QVT

12 leçons

- ◆ Qu'est-ce que la QVT ?
- ◆ Quelle démarche mettre en œuvre ?
- ◆ Pour répondre à quels enjeux ?
- ◆ Comment lancer la démarche ?
- ◆ Avec qui agir ?
- ◆ Comment réaliser le diagnostic ?
- ◆ Quels indicateurs utiliser ?
- ◆ Quiz : la QVT, vous savez tout ?
- ◆ Comment expérimenter un projet ?
- ◆ Comment évaluer l'organisation du travail ?
- ◆ Comment pérenniser la démarche ?
- ◆ Qu'est-ce que l'Anact et l'Aract ?

5. RISQUES PSYCHOSOCIAUX (RPS)

46 leçons

Partie 1 Guide pratique sur les risques psychosociaux

- ◆ Mettre en place une démarche de prévention
- ◆ Pour une meilleure prise en compte du stress au travail dans les accords d'entreprise
- ◆ L'intégration dans le document unique
- ◆ Quel lien avec la précarité ?
- ◆ Rémunération et chômage
- ◆ Intensification du travail et nouvelles technologies
- ◆ Le rôle de l'encadrement
- ◆ Le cas des PME (petites et moyennes entreprises)
- ◆ Quiz interactif
- ◆ Focus sur le travail à l'hôpital
- ◆ Les addictions au travail
- ◆ Identifier et prévenir le harcèlement moral
- ◆ Accompagner un salarié en souffrance
- ◆ La prévention du suicide au travail
- ◆ Le risque d'homicide professionnel

5. RISQUES PSYCHOSOCIAUX (RPS)

suite

Partie 2 La prévention des risques psychosociaux

- ◆ Notions générales
- ◆ Approches individuelles et collectives
- ◆ Arguments objectivables face aux employeurs
- ◆ Risques psychosociaux : évolutions du contexte socio-économique et du travail
- ◆ Liste des acteurs, rôle et missions
- ◆ Les accords européens
- ◆ Éléments de pratique professionnelle, section d'inspection du travail : partie 1
- ◆ Éléments de pratique professionnelle, section d'inspection du travail : partie 2
- ◆ Éléments de pratique professionnelle
- ◆ Quiz : choisissez la bonne réponse
- ◆ Monographie : cas d'une entreprise de moins de 50 salariés
- ◆ Monographie : cas d'une entreprise de plus de 50 salariés
- ◆ Les outils cliniques : le 4x4 du médecin du travail
- ◆ Les outils cliniques : l'échelle visuelle analogique
- ◆ Les outils cliniques : des indicateurs d'alerte
- ◆ Les outils cliniques : les questionnaires au quotidien

Partie 3 Prendre en compte les RPS dans le document unique

- ◆ Étapes de la démarche
- ◆ Acteurs de la démarche
- ◆ Communication sur la démarche
- ◆ Méthode centrée sur l'activité de travail
- ◆ 1re étape de préparation : positionner et mobiliser les acteurs, partie 1
- ◆ 1re étape de préparation : positionner et mobiliser les acteurs, partie 2
- ◆ 2e étape de préparation : sensibiliser et former les acteurs
- ◆ 1re étape d'évaluation : repérer les situations-problèmes par unité de travail
- ◆ 2e étape d'évaluation : analyser les situations-problèmes et caractériser les situations à risques psychosociaux
- ◆ 3e étape d'évaluation : estimer l'impact des situations à risques psychosociaux
- ◆ Quiz : prendre en compte les RPS dans le document unique
- ◆ Élaboration d'un programme d'actions
- ◆ Mettre en œuvre les actions
- ◆ Évaluer la démarche de prévention
- ◆ Exemples d'indicateurs de suivi sur les conditions de travail

6. GESTION DU STRESS

21 leçons

- ◆ Introduction
- ◆ Qu'est-ce que le stress ?
- ◆ Gestion du stress : cadre et bonnes pratiques
- ◆ L'impact du stress sur la santé
- ◆ Comprendre son stress pour bien agir
- ◆ Comment prévenir le stress
- ◆ Reconnaître les signes du stress au travail
- ◆ Comment gérer le stress
- ◆ 6 astuces pour combattre le stress
- ◆ Minimiser le stress au travail
- ◆ 6 astuces pour surmonter le stress d'un rendez-vous
- ◆ Quiz interactif
- ◆ Le burn-out : cadre et enjeux
- ◆ Management et stress
- ◆ Ne pas stresser au travail : 5 clés efficaces
- ◆ Conseils pour réduire le stress du dirigeant
- ◆ Transformer son stress en énergie positive
- ◆ 20 techniques pratiques contre le stress
- ◆ 3 exercices de respiration anti-stress
- ◆ Maîtriser son stress avant une prise de parole
- ◆ Conclusion de la formation

Accès à la formation

Le parcours est disponible 100 % en ligne, accessible depuis votre espace personnel à tout moment, sur ordinateur, tablette ou smartphone.

Accompagnement

Nos équipes restent disponibles pour répondre à vos questions et vous accompagner tout au long de votre parcours de formation.

Formations complémentaires

MANAGEMENT

Gestion du stress
Gestion des conflits
Communication de crise
Prise de parole en public

ENTREPRISE

Document unique
Gestes et postures
Sophrologie au travail
Le comité économique et social

PRÉVENTION

Démarche de prévention des risques
Troubles musculo-squelettiques
Risque chimique et biologique
Sécurité générale

Un module utile au CSE et à la prévention. Les parties consacrées aux risques psychosociaux et au document unique s'appuient sur la méthodologie de l'Anact et de l'Aract, et s'articulent avec vos obligations d'évaluation des risques professionnels.

Parlons de votre projet

contact@fcs-academy.com ◆ www.fcs-academy.com